DOI:10.16730/j.cnki.61-1019/g8.2009.11.023

浅议唐代丝绸之路主要体育活动及文化特征

李金梅 薛廷利

摘要:唐代是我国封建社会高度发展的时期,长期的政治稳定、经济的昌盛、文化的繁荣,以及唐开放的世风、多民族的经济文化往来,为唐时期人们从事休闲娱乐有了基本保障。而体育作为一种社会文化现象,在这一时期得到了长足发展,创造出了丰富的休闲体育资源。通过文献资料法等,梳理分析古代丝绸之路上唐时期人们在休闲时的体育娱乐活动方式。认为,唐时期客观条件的成熟及主体的需要,创造出了丰富的休闲体育资源,为中国古代休闲体育文化研究提供参考。

关键词:唐代;丝绸之路体育;活动方式

1.引言

唐代疆域辽阔,国势富强,在当时世界上处于先进国家之列。而其高度繁荣的封建经济为文化的巨大发展提供了物质基础,也为体育的高度发展创造了条件。城市的繁荣和宫廷娱乐有益于舞蹈、百戏及其他各种传统体育活动的广泛开展;中外经济文化的交流丰富了唐代体育活动的内容。唐代体育活动丰富的内容、各阶层民众的广泛参与以及体育活动的空前发展,都为中华民族传统体育的进一步丰富奠定了基础[1]315。唐代人口众多,生活富庶,大部分的时间社会安定,存在着一个庞大的有闲阶层,各种娱乐方式大行其道[2]。在唐代丝绸之路上留下了丰富的体育文化烙印,是优秀的体育文化遗产,具有重要的理论研究价值。

2. 唐代丝绸之路体育的历史、文化背景

在封建王朝中,唐代体育大发展是辉煌的,这无疑与其产生、发展的政治环境、经济基础、文化氛围有直接的关系。唐代的繁荣稳定,以及丝绸之路频繁的经济文化往来,使唐时期休闲体育得到了空前的发展。植根于本土的儒、释、道三教文化并存以及外来文化的交流融合,创造出了多种体育思想,以及参与个体与社会的需求,共同作用创造出唐时期丰富的体育资源,随即呈现出了内容丰富、形式多样的休闲娱乐活动方式;外来民族九姓胡体育文化对唐代体育文化影响极其深刻,不仅在舞蹈与马戏方面内化成为唐代体育的组成部分,并且作为唐代多元体育文化的有机构成,缔造了灿烂的唐代体育文化气象[3]。体育休闲娱乐也是唐时期岁时节的主要内容。然而,多元体育文化在唐时期都集中表现在了休闲娱乐方面,创造出了丰富多彩的休闲体育文化。

3.唐代丝绸之路主要体育活动

3.1 球类活动

根据文献记载和相关考古资料的分析,这一时期较为盛行的球类活动形式仍以蹴鞠和马球为代表。除此而外,抛球、十五柱球、踏球、步打球等球类活动形式,也是这一时期常见的体育活动。由于球类的活动的广为流行,参与者也比以往任何时代丢广泛得多,从宫廷到民间,从男人到妇女,从老人到儿童,都成为了这些球类活动的热情参与者[1]351-352。球类活动时唐时期主要的体育活动方式,种类繁多,玩法多样,融表演性、竞技性为一体。

3.1.1 蹴鞠

蹴鞠,拥有悠久的历史早在东汉时期就有许多蹴鞠活动的加载,蹴鞠在唐代已经是非常普及的运动项目了,不论是在宫中还是民巷、军中,都是人们休闲娱乐的主要活动项目。唐代诗人王建《宫词》"缩装残粉未明天,总在朝阳花树边。寒食内人长白打,库中先散于金钱。"是说在寒食节这一天,宜春院的伎女以踢球为乐。

3.1.2 马球

马球又称"击鞠",是骑在马上,挥杖击球的一种运动,是唐时期非常盛行的一项运动。马球的起源尚未得到专家们的同一认定,但是在唐代的大量记载当中,对马球的描述最为丰富,可见其的兴盛和普及程度之高。马球是唐历代帝王热衷的运动,竞技性强。有专门的马球场,每年都要举行规模浩大的马球比赛。对马球中所用之马的马中培育也是相当的重视。唐时期,在中国与突厥的"互市"中,绢与马的贸易是最重要的内容。因此,唐代在种马培育、相马水平等方面得到了迅速的提高,而与此相应的马伎和马球的发展更是盛况空前。尤其是唐朝有十几位皇帝都酷爱马球运动,这为马球运动的蓬勃开展提供了契机[4]65。唐代中、后期,每年春季科举及第的新进士们,都要到长安胜地曲江池畔的月灯阁球场,举行盛大的马球比赛[5]。史料记载:"(月灯)阁下数千人因之大呼笑,久而方止"[6]描述了打球时热闹的场面。

3.1.3 驴鞠

驴鞠是一种类似马球的运动,除骑乘换为驴外,其他均与马球玩法相当。相比激烈、损伤性大的马球运动,驴鞠则安全多了,更多了趣味娱乐性。一些文人或宫女都非常喜爱这项运动,据《新唐书·百官志三》载,按唐代习俗,每年寒食节,由少府监在宫中组织献球的娱乐活动,包括各种球戏,如蹴鞠、击鞠、驴鞠、步鞠、等。可见,驴鞠也是当时非常受欢迎的一项运动方式。

3.1.4 步打球

步打球,顾名思义,以徒步持杆进行打球的活动方式。步打球又称"步打","步击"和驴鞠一样从马球演化而来,除球员不骑乘外,其他均与马球规则类似。步打球相对马球而言,对抗性要小得多,伤害系数也比较低,而进球得筹的概率比马球高。因此,唐时期有许多女子热衷于步打球的娱乐[4] 73。唐时期壁画中也有对唐时期女子玩步打球的休闲情景的生动描绘。

3.2 室外休闲类

唐代人们注重现世享乐,注重民俗节日,每年的各个时期都有各种民俗祭奠活动。而各种方式的体育休闲娱乐活动,则更是节日必不可少的主要内容,如在寒食节、清明节、端午节等都有丰富的娱乐活动,这也极大地丰富了我国民俗传统体育的内容,促进了民族传统文化的发展。

3.2.1 秋千

秋千又称"千秋",彩索、彩绳。唐代长安盛行秋千游戏,尤以宫廷女性、儿童喜欢这项运动。在寒食清明时节,气候渐暖,万物复苏的时候,特别适合这些室外运动。?据《开元天宝遗事》,"天宝宫中,至寒食节,竞竖秋千,令宫嫔辈戏笑,以为宴乐。"唐玄宗喜欢兴致勃勃观看嫔妃们荡秋千,飘摇入云,如天上仙女,称为"半仙之戏"文中生动描述了宫女们玩秋千的热闹场景。

3.2.2 拔河

拔河又称拔絙、牵钩。唐代在寒食节期间组织拔河比赛,在宫中也有平时的拔河运动。敦煌文献中有许多记载当时拔河的情景。唐代对拔河用的绳有了改进,明确了比赛得详细规则,使

这这项运动臻于完善。据《资治通鉴》卷 209，景龙三年（709 年）二月二日，唐中宗登上宫城北面的玄武门楼，“与近侍观宫女拔河”，描述了当时拔河的场面。

3.2.3 滑沙

滑沙主要开展与我国西北地区敦煌、新疆一带。敦煌有著名的鸣沙山，史料记载，敦煌人在端午这天，都要登山滑沙，听听沙山作响之声。

3.2.4 骑马、射猎

骑马、射猎禽兽的武士称为“射生手”，一般由男子担任。作为宫中游戏，则由宫女充射生手之职，其骑射本领令人叹服，且女子骑马射箭亦颇具英姿飒爽之美。?据杜甫《哀江头》一文中所载：“辇前才人带弓箭，白马嚼啮黄金勒。翻身向天仰射云，一箭正坠双飞翼。”身为“才人”的后宫女性具有如此高超的射技，说明了骑马、射猎的在当时也是非常的普遍的运动方式。

3.2.5 踏青

唐代人们乐善好游，春游踏青当然是最好的游玩、抒情达意的好时候，唐时期踏青已是蔚然成风。唐?刘禹锡《竹枝词》云：“昭君坊中多女伴，永安宫外踏青来”杜甫《丽人行》云：“三月三日天气新，长安水边多丽人”[7]以及唐?林宽《曲江诗》：“倾国妖姬云鬓重，薄徒公子雪衫轻”，描绘的都是唐代曲江池畔游女如织的盛况，踏青也是人们对美的一种追求。

3.2.6 水上运动

竞渡，唐代端午节有赛龙舟的节俗，宫中竞渡由于休闲娱乐的需求，不一定安排在端午节当天。唐代宫中建有许多室外人工湖，人们不仅可以赏花、钓鱼，还可以竞渡、赛舟。张祜《杂曲歌辞·上巳乐》：“猩猩血彩系头标，天上齐声举画桡。却是内人争意切，六宫罗袖一时招。”描写的是后宫女子举行划船比赛的热闹情景。

此外还有钓鱼、游泳、采莲等。

3.3 投射类

3.3.1 射粉团

端午节期间，后宫女性还有射粉团角黍（即粽子）的习惯。射粉团是一种以娱乐为主的投射类体育活动。据《开元天宝遗事》卷中载：“宫中每到端午节，造粉团、角黍，贮于金盘中，以小角造弓子，纤妙可爱，架箭射盘中粉团，中者得食，盖粉团滑腻而难射也。”?描述了唐宫女玩射粉团的有趣场景。

3.3.2 射鸭

射鸭是将木制的鸭子放在水面上漂浮，宫女们轮流用弓箭射之，中者为胜。王建《宫中三台词二首》之一：“鱼藻池边射鸭，芙蓉园里看花。”?王建《御猎》：“青山直绕凤城头，浐水斜分入御沟。新教内人唯射鸭，长随天子苑东游。”? 都描述了玩射鸭时的情景。

3.3.3 弹射（打弹弓）

弹射与射箭不同，用金弹子或石头等硬物用作弹丸一般用来弹射打鸟。?花蕊夫人《宫词》之三十一：“侍女争挥玉弹弓，金丸飞入乱花中。一时惊起流莺散，踏落残花满地红。”宫女用金弹打流莺。另之七十八：“三月樱桃乍熟时，内人相引看红枝。回头索取黄金弹，绕树藏身打雀儿。”? 可见，弹射时当时人们非常喜爱的一项体育休闲活动。

3.3.4 投壶

投壶是春秋时期的射礼演变而来的，这种活动大多是在贵族士大夫宴饮中进行的游戏。投壶是唐时期宫廷里很受欢迎的一种游戏，唐代曹唐《小游仙诗》九十八首中，记载：“彤阁钟鸣碧霞飞，皇君催熨紫衣。丹房玉女心慵甚，贪看投壶不肯归。”说明了唐代宫女们也非常好此游戏。

3.4 博弈斗智类

3.4.1 围棋

围棋是唐代的皇帝们雅好围棋，以玄宗为甚，他在翰林院设“棋待诏”，选高明的围棋手担任，如玄宗时的王积薪、宣宗时的顾师言等人。”据《唐五代笔记小说大观·桂苑丛谈》，安史之乱爆发，玄宗仓皇逃亡四川，朝臣后妃大多没能随行，他却不忘带上棋待诏。

3.4.2 象棋

围棋是唐时期主要的棋奕项目，据《旧唐书·吕才传》，太宗曾阅览北周武帝宇文邕撰写的《象经》，看不懂，听说太子洗马蔡元恭小时候下过象棋，召来问，蔡也忘了。于是太宗就把《象经》教给吕才去研究，吕才总算能画图解释了，蔡也回忆起小时候的玩法了。于是唐宫多了一项体育娱乐活动。

此外，还有弹棋、六博、双陆?、藏钩等斗智类活动。

3.5 欣赏、表演类体育娱乐活动

3.5.1 角觝

角觝（牴，抵）又称角力、校力、贯交、争交等，后世称为“相扑”，类似摔跤。?唐朝宫中有“角抵队”，“相扑棚”，节日、举行南郊大礼、内廷赐宴，一般都要安排角抵节目。宪宗时，角抵与马球同为最受欢迎的体育休闲活动。据《旧唐书》卷 17《敬宗记》，唐敬宗观赏相扑戏有时直到深夜，不仅呐喊助威，有时还亲自出手，这些都是对角抵活动的生动记载。

3.5.2 胡旋舞、胡腾舞、剑器舞

胡旋舞、胡腾舞是来自西域胡人的一种乐舞，节奏明快，动作矫健有力。汉唐以来，传入中原的西方舞蹈以“健舞”为多，由以源自中亚的胡旋舞、胡腾舞最引人注目。胡旋舞的表演者多为女性[8]。据唐郑处诲撰《明皇杂录》中记载：“时有公孙大娘能为邻里曲及裴将军满堂势、河西剑器挥脱，研妙皆冠绝当时。”唐诗人杜甫《观公孙大娘弟子舞剑器行并序》也有对女子剑器舞的描述。剑器舞是剑器舞蹈化的产物，并为后来剑术套路的最终形成奠定了基础[9]。

3.5.3 角色扮演游戏

反串、宫市，唐王朝盛行“胡人”之风。如盛行妇女着男装，纯属玩趣。张萱《虢国夫人游春图》中女子就有幞头袍衫的男子装束 陕西省乾县唐章怀太子墓壁画《观鸟捕蝉图》中年轻宫女穿圆领袍衫、小口裤，襦裙、披帛、半臂，浅履的胡服，如果不看发式会误以为是个男性小厮 宫市?，一种模拟街市的角色扮演游戏，在陕西省历史博物馆就展有唐代妇女穿胡服的陶俑。说明这类的较色扮演游戏深受唐时期妇女的欢迎。

此外，还有捉迷藏、扑萤等。

4. 唐代丝绸之路体育文化特征

4.1 各种体育休闲娱乐活动与各种岁时节日文化紧密相连

唐时期一年当中各种节庆日繁多，从元月到正月，一年四季都有各种岁时节日活动。如春季的踏青、竞渡 夏季的采莲、扑蛾 秋季的登高，还有各种宴庆中的乐舞、角觝、藏钩等。唐时期一年之中有记载的岁时节庆就有三十多个，而在这些节令日里都离不开体育活动的丰富内容。体育活动融入了各民俗活动之中，并成为各民俗活动表达某种情怀和追求的一种重要途径。

4.2 具有明显的民族、地域文化特征

唐代丝绸之路体育是多民族、多文化，交流、融汇的结果。在唐代丝绸之路上，各个民族体育交流频繁，各种体育活动丰富多彩。西域的乐舞、驯兽、射猎等，是丝绸之路的主要体育活动。在不同的地域环境，不同场合都有各种体育休闲活动，如户外的骑马射猎、敦煌鸣沙山的滑沙、宫中投壶、登高、踏青等等。

4.3 外来文化丰富了体育休闲娱乐活动的内容

唐代具有包容、开放的社会风貌。唐时期植根于本土的儒、释、道三教文化并存以及外来文化的交流融合，使各种文化得

2009年南京市城市居民不同阶层人群体育行为研究报告

◇ 张春雷

摘要:运用文献资料、问卷调查、访谈调查等研究方法,对2009年度南京市城市居民中不同社会阶层居民体育行为进行研究。结果显示:增进健康、娱乐身心是居民参与体育锻炼的主要原因。经过体育锻炼,居民的获益主要是精力充沛、心情变好、生活充实。随着学历提高,居民体育参与比例提高,不同学历居民体育参与频率一致。随着收入增加,居民体育物质消费比例上升,但收入增加到5000元以上,体育消费比例略有下降。不同职业居民体育参与不同,体育服务产品消费有显著性差异。

关键词:南京;不同阶层居民;体育行为

1 前言

2008北京奥运会后，运动促进健康的观念越来越深入人心,无论在城市和乡村,参加体育锻炼已成为部分居民的生活方式,呈现出新时期体育健身图景。由于个人的经济社会条件、生活背景、身体条件及运动兴趣等大众体育领域的分层现象普遍。[1]某些人开着名车去打高尔夫 某些人以每小时几百元的费用请陪练陪他们到每小时几百元的网球场打球；有些人在操场上跑步、踢球 还有些人在马路边散步。不同阶层居民参与体育项目有何差异、参与体育锻炼的原因有何差异?不同阶层居民是否具有体育消费的经历、体育消费的金额有多大差异?影响不同阶层居民体育消费的因素有哪些?因此,阶层差异在大众体育中的影响值得进一步关注和研究。[2]本课题试图从社会分层视角研究大众体育,了解和分析不同阶层人群的体育行为,找出影响不同社会阶层人群体育行为的主要因素，以此为经济较发达地区社区体育改革和发展提供支持，服务于我国体育政策制定和进一步推进大众体育可持续发展。

2 研究设计

2.1 概念界定

社会分层是指根据不同的标准,把人们分成高低不同、上下有序的等级序列或层级的过程，不同层级的人群享有不同的政治权利、经济收入和社会声望。国内外学者探讨了社会分层的标准。本课题中社会分层采用文化程度、个人收入、家庭收入三方面为测量指标。[3]体育行为包括体育参与行为和体育消费行为。

2.2 抽样

在江苏省南京市依据地理位置、经济社会发展水平等因素以立意抽样抽取3个区,即南京市的鼓楼区、玄武区、浦口区,在每个区随机抽取6所小学和6所中学。在每所小学2至5年级随机抽取6个或9个班级,每所中学初一、初二或高一年级随机抽取6个或9个班级。被抽取的所有班级学生家人为本次调查对象。

2.2 调查实施及资料处理

2009年6月实施调查,向各样本班级的学生讲清楚问卷填写的具体要求,将问卷发放给学生并由学生带回家交给其中一位家人填写。问卷填答完毕后由调查员收回。问卷内容首先输入Spss15.0进行统计分析。

2.4 样本情况

共发放调查问卷4398份，回收问卷4011份，回收率为91.3%。有效问卷3742份,有效率为93.3%。调查样本中男性略低于女性比例。84.3%的调查对象年龄在31-45岁。被访者的教育程度集中在高中或中专、大专和大学,比例为84%。样本中存在各种职业类型分布,比较平均。

3 结果与分析

3.1 居民体育参与及消费现状

到交融、勃发,也是音乐、舞蹈等艺术普及的时代和文化融合的时代。既有汉文化与周边少数民族的文化交流,又有汉民族和域外文化的交融,唐人对外来文化的恢宏气度和兼容心态,造就了“取我所需,尽为我用”的大唐气象。唐时朝野上下时尚乐舞,长安为乐舞的发源地,西凉、龟兹、天竺、高丽、扶南、中亚及国内各民族的歌舞会集于此[11]。外来文化丰富了唐代的休闲体育,如胡腾舞、胡旋舞,还有盛行穿胡服为乐的反串游戏等,极大的丰富了唐代人们的体育活动方式,对本土体育的发展起到了不可低估的作用。

4.结语

唐代休闲体育的兴盛离不开当时政治的稳定、经济的繁荣、多民族多文化的融合,并赋予深厚的人文价值和哲学价值。唐时期丝绸之路丰富的体育活动方式,是唐时期人们体育实践智慧的结晶,是宝贵的体育文化遗产。在世界经济、文化全球化发展的今天,挖掘整理唐时期优秀传统体育文化将有助于发扬我国优秀传统文化；开发唐时期丝绸之路上丰富的休闲体育资源,将对我国现今的兴起的体育产业有重要作用,促进我们国民经济的发展。

参考文献:

[1]崔乐泉.中国体育通史第一卷[M].北京:人民体育出版社,2008.

[2] 于左.玩在唐朝 [M]北京:中华书局 2008:2.

[3]高朝阳,曾玉华.九姓胡对唐代体育的影响[J].西安体育学院学报[J].2003,(10):33

[4]李重申,李金梅,夏阳.中国马球史[M].兰州:甘肃教育出版社.2009.

[5]左从现,潘孝伟,王树明.唐代马球运动发展分析[J].体育科学.2001,(5):39.

[6]王定保.唐摭言卷3[M].上海古籍出版社,1978:41.

[7]霄涤非.杜甫诗选注[M].北京:人民文学出版社,1979.

[8]兰州理工大学丝绸之路文史研究所编著.丝绸之路体育文化论文集[M].兰州:甘肃教育出版社,2008:91.

[9]关文明.体育史[M].北京:高等教育出版社,1990:50-67.

[10] 高天成. 论唐代休闲文化对民众精神气质的影响[J.] 2009,(5):143.

(基金项目:国家体育总局文化研究基地项目,项目编号:08TYWH007

(作者简介:李金梅 1964 - 女 ,兰州理工大学体育教学研究部教授 ,硕士生导师;

薛廷利 1979-,男,兰州理工大学体育教学研究部07级硕士研究生。)